



Barbara Fank-Landkammer

Leiterin der Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatung
in Karlsruhe.

SCHERBENHAUFEN

Wenn es so wie bisher nicht weitergeht

Da beißt die Maus keinen Faden ab. Scheitern ist hart. Schlaflose Nächte, die Gedanken kreisen immer wieder um dieselben Fragen. Warum? Warum ich? Was wäre die Alternative gewesen? Gab es eine? Wut auf mich, Wut auf andere. Diese blöden Kollegen, dieser furchtbare Partner, diese treulose Freundin ... Scheitern stellt nicht nur die Gegenwart, sondern auch die Vergangenheit in Frage. Scheinbar gelungenes, mit gutem Gefühl getroffene Entscheidungen werden hohl, geben keine Sicherheit mehr. Scheitern wirft aus der Bahn, macht ungenießbar, führt zu Aggressionen, weckt (heimliche) Scham.

„Mögen Sie das Scheitern?“ „Nein, natürlich nicht“, würde ich antworten. Wer scheitert schon gerne? „Und mögen Sie Menschen, die gescheitert sind?“ Da werde ich nachdenklich. Denn ich hege eine Menge Sympathie für Menschen, deren Weg nicht gerade verlief. Für Menschen, die etwas gewagt haben, die ohne doppelten Boden durchs Leben gingen und sich verschätzt haben. Sie sind mir tau-

sendmal lieber als diejenigen, die nicht den sicheren Hafen verlassen und nur in der Phantasie, wenn es nichts kostet mutig werden. Doch langsam, so klar und einfach ist das nicht. Nicht nur die Mutigen scheitern, auch die Mutlosen.

Vor etwa zwei Jahren betitelte die Zeitschrift *brand eins* ihr Heft mit „Scheitern“. Die Ausgabe hat mich beeindruckt, denn *brand eins* ist ein Wirtschaftsmagazin und steht mehr auf der Seite der Gewinner. Die Grundphilosophie lautete „no risk, no fun“. Scheitern ist gut, denn am Ende stehen möglicherweise die absolut bestechende, kluge Geschäftsidee und der Erfolg. Lässt sich diese Sichtweise auf unsere Beziehungen übertragen?

In der Beratungsarbeit begleiten wir fast immer Menschen, die leiden. „Wir kommen so nicht mehr weiter.“ „Ich weiß nicht mehr, ob ich überhaupt noch etwas für Dich empfinde.“ „Du hast unser Versprechen gebrochen.“ „Ich kann nicht mehr vertrauen.“ Es sind schmerzvolle Sätze. Häufig mischen sich Wut, Trauer, Resignation und Angst. Gegenseitige Vorwürfe, so

verständlich sie sind, verstärken nur den Teufelskreis von Enttäuschung und Verletzung. Ist die Beziehung also am Ende, ist sie gescheitert?

In den ersten Gesprächen werde ich diesen Ausdruck nicht wählen, besonders nicht als Feststellung. Es mag sein, dass die Paare so empfinden. Doch zwischen Empfindung und Tatsache ist ein Unterschied. Sie wären nicht hier, wenn sie nicht auch noch eine zarte Hoffnung hätten oder zumindest die Sehnsucht danach, in ihrem Schmerz gesehen zu werden. Trotzdem ist klar, so wie bisher geht es nicht weiter. Das Destruktive nimmt zu viel Raum ein, Zärtlichkeit und Liebe fehlen. Nicht die Beziehung an sich ist gescheitert, aber die Art und Weise wie Konflikte gelöst und Bedürfnisse eingebracht werden. Diese Differenzierung ist wichtig. In ihr stecken zwei Botschaften. Erstens: Der Mensch ist nicht an sich destruktiv oder ängstlich, sondern er verhält sich so. Haltung und Verhalten lassen sich ändern. Nicht immer ist das einfach, aber es geht. Zweitens: Die Beziehung ist ein Prozess oder besser gesagt ein lebendiges Geschehen. Sie wandelt sich und erneuert sich immer wieder. Ver-

weigern wir uns diesem Wandel, bleiben wir im Alten verhaftet, scheitern wir. Veränderung ist ein Gesetz des Lebens, biologisch, psychisch, spirituell.

Manche Paare können in einem intensiven Prozess die Mechanismen verstehen lernen, die dazu führen, dass ihre Kommunikation destruktiv wurde. Sie öffnen sich für die Wünsche und Bedürfnisse des anderen, sie lernen Spannungen auszuhalten und wieder darauf zu vertrauen, dass in der Begegnung und im gegenseitigen Raum geben ihre Zuneigung wächst. Sie verabschieden sich von unrealistischen, überhöhten Erwartungen. Sie werden demütiger. Mit Hilfe dieser Flexibilität können sie das Scheitern ihrer Beziehung abwenden. Andere Paare merken, dass es nicht mehr geht. Auch das ist Realität. Und dann geht es darum, sich wieder neu anzunehmen. Scheitern kann im Grunde nur zu Wachstum führen, wenn am Ende ein Verzeihen steht. Ein Verzeihen demjenigen, der sich dem Wachstum unserer Beziehung verweigert hat oder keine Kraft hatte, warum auch immer. Ein Verzeihen auch uns selbst gegenüber. Ein sich Annehmen lassen.

